

<https://helda.helsinki.fi>

---

Taltutetaan kansantaudit tieteeseen perustuvilla, vaikuttavilla ratkaisilla

Hankonen, Nelli

2018

---

Hankonen , N 2018 , ' Taltutetaan kansantaudit tieteeseen perustuvilla, vaikuttavilla ratkaisilla ' , Duodecim , Vuosikerta. 134 , Nro 6 , Sivut 591-592 . < <http://www.duodecimlehti.fi/api/pdf/duo14221> >

---

<http://hdl.handle.net/10138/302251>

---

publishedVersion

---

*Downloaded from Helda, University of Helsinki institutional repository.*

*This is an electronic reprint of the original article.*

*This reprint may differ from the original in pagination and typographic detail.*

*Please cite the original version.*



## Taltutetaan kansantaudit tieteeseen perustuvilla, vaikuttavilla ratkaisuilla

Vähäinen liikunta ja epäterveellinen ravitsemus lisäävät riskiä sairastua erilaisiin kroonisiin sairauksiin. Fyysiseen terveyteen liittyvät ongelmat kietoutuvat mielenterveyteen. Suomalaisessa terveyden edistämisessä pohditaankin taajaan, miksi elintapoja koskevia suosituksia ei kuitenkaan noudateta.

Lähtöleuvaisuuden tutkimustarpeet kohdistuvat näiden ongelmien ratkaisemiseen, ja siihen vaaditaan korkeatasoisia tutkimusasetelmia ja osittain myös uusia menetelmiä. Lisäksi näyttöön perustuvien interventioiden onnistunut implementointi terveydenhuoltoon ja muihin instituutioihin on oma nopeasti kehittyvä tieteenalansa. Vahva osaaminen interventiotutkimuksen alueella on avainasemassa kansanterveyden ja hyvinvoinnin edistämässä. Juuri siksi Duodecim-seura ja Juho Vainion Säätiö järjestävät kansainvälisen symposiumin tutkimuksista ja kenttäkokeista terveyden edistämiseksi ja kroonisten sairauksien ehkäisemiseksi. Symposiumissa teemaa tarkastellaan interventioiden kehittämisen, levittämisen ja toimeenpanon kautta.

Terveyden edistäminen ja sen tutkimus on Suomessa ollut korkeatasoista Pohjois-Karjala-projektista lähtien. Terveyden edistämisen menetelmät ovat kuitenkin edenneet vauhdikkaasti. Strategisia tutkimusresursseja on suunnattu yhä määrätietoisemmin siihen, että pystyttäisiin tunnistamaan parhaat menetelmät edistää liikkumista, terveellistä ravitsemusta, päihteet-



**Kymmenes Duodecimin Kansainvälinen symposiumi järjestetään 13.–15.6.2018. Nelli Hankonen on Duodecimin kansainvälisen symposiumin 2018 tieteellisen toimikunnan puheenjohtaja.**

tömyyttä ja positiivista mielenterveyttä sekä kehittää tutkimukseen perustuvia tai tutkimustiedosta ammentavia lähestymistapoja systemaattista levittämistä ja pysyvää implementointia varten. Useat suomalaiset tutkimusryhmät tekevät tätä työtä, ja juuri heitä hyödyttääksemme järjestämme kansainvälisen symposiumin, jossa käsitellään tämän alueen viimeisintä kehitystä.

On myös selvää, että yksinkertaiset ratkaisut eivät enää riitä, vaan monimutkaisessa, vuorovaikutteisessa maailmassamme tarvitaan synergistisesti, monilla eri tasoilla toimivia, moniosaisia interventiohankkeita. Systeemi- ja yksilötaso-

ja sekä fyysistä ja mielenterveyden edistämistä yhdistävien ohjelmien kehittämisen ja arviointimenetelmien kehitys on nopeaa.

Esimerkkejä näistä nykyistä huipputasoa edustavista tutkimuskäytännöistä esitetään erityisesti mielenterveyden edistämisestä (esimerkiksi koulupohjaiset tunnetaitointerventiot, vanhemmuustaitointerventiot), sekä terveellisen ravitsemuksen ja liikunnan edistämisestä (esimerkiksi sosiaalisia verkostoja hyödyntävät painonhallintainterventiot, mobiilisovellukset).

Symposiumissa käsitellään myös erilaisia näkökulmia vaikuttamiseen: yksilötason terveystieteologiaa näkökohtia, sosiaalisen ja fyysisen ympäristön merkitystä terveyskäyttäytymisen muokkaamisessa, väestötason laaja-alaisen terveyden edistämisen interventio-ohjelmien periaatteita, näyttöön perustuvien toimenpiteiden terveydenhuoltoon ja muihin konteksteihin kuten oppilaitoksiin implementoinnin haasteita ja mahdollistavia tekijöitä, implementaatiotieteen viitekehyksiä ja niiden soveltamista, väestötason terveystieteologiaa mahdollisuuksia sekä interventio-ohjelmien ja politiikkojen arviointia. Symposium rakentuu interventiotutkimuksen vaiheiden mukaan. Kansanterveyttä edistävien interventiotutkimusten vaiheet ovat nykyymmärryksen mukaan iteratiivisia mutta tähtäävät näytön kumuloitumiseen. Symposiumin ohjelma onkin rakennettu noudattamaan kolmea päävaihetta eli kehittämistä, arviointia ja järjestelmien muuttamista.

**Kehittäminen** perustuu käyttäytymismuutosinterventioiden tutkimukseen ja teoriaan, ja innovaatiot kannattaa kytkeä aiempaan näyttöön. Intervention vaikuttavuuden ja hyväksyttävyyden voi optimoida monin keinoin. Logiikkamallinnus ja toteutuskelpoisuuden varmistaminen piloteissa on hyödyllistä niin yksilöön kuin sosiaalisiin ja fyysisiin ympäristöihin suuntautuissa interventioissa.

**Arviointi.** Interventioita ja poliittisia toimia voidaan arvioida tieteellisesti eri tavoin. Symposiumissa käsitellään monimutkaisten käyttäytymismuutosinterventioiden vaikuttavuuden arvioinnin menetelmiä, myös taloudellista arviointia ("Mikä on vaikutusten hinta?") ja prosessien monimenetelmällistä arviointia ("Miksi ja kenelle interventio toimii tai ei toimi?").

**Järjestelmien muuttaminen.** Vaikuttaviksi todettujen näyttöön

perustuvien menetelmien toimeenpano ja levittäminen vaatii asian-  
tuntemusta. Yllättävän yleinen virheajatus on, että näyttöön perustuvien interventioiden levittäminen tapahtuisi yksinkertaisesti käskemällä tai tiedottamalla.

Implementaatio- ja disseminaatiotieteen havaintoja käytäntöön soveltamisen ongelmista käsitellään symposiumin viimeisenä päivänä. Lopuksi keskustellaan laajojen kenttäkokeiden mahdollisuuksista Suomessa, sekä terveydenhuollon piirissä että esimerkiksi kouluissa, ja esitellään menestystarinoita. Monitieteisen symposiumin elintapaongelmia ja niihin vaikuttamista käsittelevä teema on relevantti useammalle suomalaiselle tutkimusryhmälle.

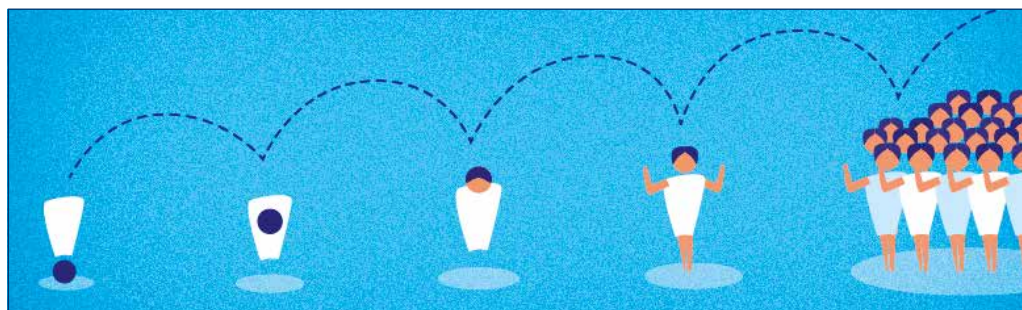
Tiedettä ratkaisujen luomisessa hyödyntävä ja niiden vaikutuksia arvioiva ratkaisuhakuinen tutkimus on keskeinen tulevaisuuden tutki-

muksen painopiste. Oma tieteenalansa on myös tutkimusnäytön soveltaminen käytäntöön, ja siinäkin kannattaa näyttöön perustuviin teorioihin tukeutuminen.

Symposium mahdollistaa suomalaisten verkostoitumisen, uusien tutkimuskokonaisuuksien luomisen, fyysisen terveyden ja mielenterveyden edistämisen lähestymistapojen sekä interventioiden yhdistämisen. Esitelmöimässä on alan arvostettuja akateemisia asiantuntijoita Pohjois-Amerikasta, Australiasta, Irlannista ja Isosta-Britanniasta.

Kymmenes Duodecimin Kansainvälinen symposiumi järjestetään 13.–15.6.2018 Porvoon Sannaisissa (Sannäs). Lämpimästi tervetuloa mukaan! ■

**NELLI HANKONEN**, apulaisprofessori, dosentti  
Duodecimin Kansainvälisen symposiumin 2018 tieteellisen toimikunnan puheenjohtaja



## 10. Duodecimin kansainvälinen symposiumi

13.–15.6.2018, Sannäsin kartano, Porvoo

Kansainvälisten huippututkijoiden luennoilla, pienryhmissä ja osallistujien posteriesityksissä käsitellään käyttäytymisen muutokseen tähtäävää interventiotutkimusta ja kenttäkokeita kansanterveyden edistämiseksi sekä kroonisten sairauksien ennaltaehkäisyksi. Symposiumi ja sen sosiaalinen ohjelma tarjoavat tutkijoille mahdollisuuden tavata huippuasiantuntijoita sekä verkostoitua kansainvälisessä tutkijajoukossa. Symposiumi järjestetään yhteistyössä Juho Vainion Säätiön kanssa.

Lue lisää

[bit.ly/duodecim10th](http://bit.ly/duodecim10th)

Tapahtumaa voi seurata sosiaalisessa mediassa aihetunnisteilla #DSymposium ja #D10th.